Περιγραφή ατομικής περίπτωσης γυναίκας 19 ετών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος και Επιμένουσα Καταθλιπτική Διαταραχή

Εμμανουέλα Παπαθανασίου, Αναστασία Σοφιανοπούλου

Εταιρεία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η περίπτωση αφορά γυναίκα 19 ετών, άγαμη, φοιτήτρια θεωρητικών σπουδών, η οποία κατάγεται από μεγάλο αστικό κέντρο και διαμένει μόνη της. Προσήλθε για θεραπεία με βασικό αίτημα τη χαμηλή διάθεση και τη μειωμένη αυτοπεποίθηση, αναφέροντας έντονες συναισθηματικές διακυμάνσεις κατά το τελευταίο ενάμισι έτος, που επηρέαζαν αρνητικά την εικόνα που είχε για τον εαυτό της. Η κλινική εικόνα ήταν σύνθετη, ενώ προτάχθηκαν οι διαγνώσεις της Διαταραχής Αυτιστικού Φάσματος και της Επιμένουσας Καταθλιπτικής Διαταραχής με αγχώδη δυσφορία, με διαλείποντα μείζονα καταθλιπτικά επεισόδια χωρίς τρέχον επεισόδιο. Κεντρικός στόχος της θεραπείας ήταν η δημιουργία μιας ασφαλούς θεραπευτικής σχέσης εμπιστοσύνης και αποδοχής, λειτουργώντας διορθωτικά σε προηγούμενες αρνητικές εμπειρίες. Η λήψη αναλυτικού ιστορικού, η ψυχοεκπαίδευση και η γνωσιακή διατύπωση συνέβαλαν στην κατανόηση των δυσκολιών της και στην κινητοποίησή της. Η παρέμβαση επικεντρώθηκε στη διαχείριση της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, στη γνωσιακή αναδόμηση και στη βελτίωση της συναισθηματικής ρύθμισης, με χρήση ημερολογίων καταγραφής, προγραμματισμού δραστηριοτήτων, κάθετου τόξου, τεχνικών χαλάρωσης και δεξιοτήτων ανοχής της δυσφορίας. Παράλληλα, εφαρμόστηκαν παιχνίδια ρόλου, καθώς και παρεμβάσεις εκπαίδευσης στη διεκδικητικότητα και ενίσχυσης των κοινωνικών δεξιοτήτων, συμβάλλοντας στην ενδυνάμωση της αυτοεκτίμησης και στη βελτίωση της λειτουργικότητας της διαπροσωπικής επικοινωνίας. Κατά την ολοκλήρωση της θεραπείας, η θεραπευόμενη αναγνώρισε σημαντική πρόοδο, με ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας και της αυτοπεποίθησής της. Ωστόσο, περαιτέρω επεξεργασία θα ήταν ωφέλιμη για την ενίσχυση της αυτονομίας, τη σταθεροποίηση της διάθεσης μέσω λειτουργικών στρατηγικών διαχείρισης και την περαιτέρω ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων, με στόχο τη βελτίωση των διαπροσωπικών της σχέσεων.